

Abstrak

ANSHAR ADLI, Efektivitas Metode Bagian dan Keseluruhan Terhadap Keterampilan Teknik Pukulan Forehand Drive Pada Siswa SMA Negeri 35 Jakarta Pusat Dalam Mengikuti Ekstrakurikuler Squash. Skripsi Program Studi Pendidikan Jasmani, Jurusan Olahraga Pendidikan, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Jakarta 2019

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui: (1) Apakah metode bagian dapat membantu siswa untuk mempermudah mempelajari keterampilan teknik *forehand drive*. (2) Apakah metode keseluruhan dapat membantu siswa untuk mempermudah mempelajari keterampilan teknik *forehand drive*. (3) Manakah yang lebih efektif antara metode bagian dan metode keseluruhan.

Dalam penelitian ini peneliti melakukan tes awal kemudian dilanjutkan dengan memberikan perlakuan berupa program latihan dengan metode bagian dan keseluruhan, diakhiri dengan memberikan tes akhir. Selama 2 minggu (5 pertemuan) sampel yang diambil menggunakan total sampling sebanyak 20 sampel.

Pengambilan data dilaksanakan di Stadion Squash Kabupaten Tanggerang, Sampora, Cisauk, Tanggerang, Banten. Pada tanggal 8 desember sampai 22 desember 2018.

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian eksperimen, yaitu dengan memberikan metode agar dapat meningkatkan keterampilan teknik pukulan *forehand drive* pada siswa SMA Negeri 35 Jakarta Pusat. Instrument penelitian yang digunakan berupa blanko penelitian, dengan indikator metode bagian yaitu sikap awal, sikap perkenaan bola, sikap pada saat memukul bola, dan sikap akhir. Dengan indikator metode keseluruhan yaitu teknik pukulan *forehand drive*.

Berdasarkan analisis data penelitian diperoleh hasil sebagai berikut :

Terdapat Peningkatan Teknik Pukulan *Forehand Drive* Setelah Diberikan Dengan Metode Bagian diperoleh nilai t_{hitung} sebesar 15,687, jika dibandingkan dengan t_{tabel} ternyata lebih besar daripada t_{tabel} sebesar 1,83 pada taraf signifikan $\alpha = 0,05$ dan derajat kebebasan $n-1 = 10 - 1 = 9$.

Terdapat Peningkatan Teknik Pukulan *Forehand Drive* Setelah Diberikan Dengan Metode Keseluruhan diperoleh nilai t_{hitung} sebesar 14,808, jika dibandingkan dengan t_{tabel} ternyata lebih besar daripada t_{tabel} sebesar 1,83 pada taraf signifikan $\alpha = 0,05$ dan derajat kebebasan $n-1 = 10 - 1 = 9$.

Efektifitas Pengaruh Metode Bagian dan Keseluruhan Terhadap Keterampilan Teknik Pukulan *Forehand Drive* pada siswa SMA Negeri 35 Jakarta Pusat yang mengikuti ekstrakurikuler squash diperoleh nilai t_{hitung} sebesar 4,094, jika dibandingkan dengan t_{tabel} ternyata lebih besar daripada t_{tabel} sebesar 2,101 dengan taraf signifikan $\alpha = 0,05 : 2 = 0,025$ (uji 2 sisi) dan dengan derajat kebebasan (df) $n-2 = 18$. Jadi dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan nilai antara Metode bagian dan keseluruhan.

Dengan demikian dapat di simpulkan bahwa metode bagian dan keseluruhan berpengaruh terhadap peningkatan keterampilan teknik pukulan forehand drive pada siswa SMA Negeri 35 Jakarta Pusat. Dan metode bagian lebih efektif dibandingkan dengan metode keseluruhan terhadap keterampilan teknik pukulan forehand drive pada siswa SMA Negeri 35 Jakarta Pusat.

Abstract

This study aims to find out: (1) Can the part method help students to make it easier to learn forehand drive technical skills. (2) Can the overall method help students to make it easier to learn forehand drive technical skills. (3) Which is more effective between the part method and the whole method. In this study the researchers conducted an initial test then continued by giving treatment in the form of an exercise program with part and overall methods, ending with giving the final test. For 2 weeks (5 meetings) samples taken using a total sampling of 20 samples Data collection was carried out at Squash Stadium, Tanggerang, Sampora, Cisauk, Tanggerang, Banten. On December 8 to December 22, 2018. The research method used in this study was experimental research. The research instrument used was a form of research, with indicators of part methods namely the initial attitude, the attitude of the ball, the attitude when hitting the ball, and the final attitude. With the overall method indicator, the forehand drive technique. Based on the research data analysis, the following results were obtained: There was an increase in the Forehand Drive punch technique after being given with the part method. $n-1 = 10 - 1 = 9$. There is an increase in the Forehand Drive punch technique after being given with the method. The whole value of tcount is 14,808, when compared to the table it turns out to be greater than the table of 1.83 at the significance level $\alpha = 0.05$ and degrees freedom $n-1 = 10 - 1 = 9$. Effectiveness of the Part and Overall Method on the Forehand Drive Blow Skill Technique in Central Jakarta 35 Senior High School students who take squash extracurricular activities obtained a tcount of 4.094, when compared to ttable it is greater than t table 2,101 with a significant level $\alpha = 0.05$: $2 = 0.025$ (uji 2 sides) and with degrees of freedom (df) $n-2 = 18$. So it can be concluded that there is a difference in the value between the part and the whole method. Thus it can be concluded that the part and overall method influences the improvement of forehand drive technique skills in Central Jakarta 35 High School students. And the more effective part method is compared to the overall method for forehand drive technique skills in Central Jakarta 35 High School students.